

Håndbog for stævner



VIBORG
SVØMMEKLUB

Indhold

Aktivitetskalenderen	2
Administration af stævner	2
stævneudvalg@viborgsvømmeklub.dk	2
Stævnetilmelding i klubmodul	2
Tilmeldingsfrist.....	3
Tilmelding mesterskaber	3
Infosedler	3
Holdleder	4
Holdlederens opgaver	4
Inden vi tager afsted:	4
Afgang fra Søndre Skole:	5
Vi ankommer til stævnet/klar til stævnestart:	5
Under stævnet:	5
Efter stævnet:	6
Frugtkasse og holdledertaske	7
Kørsel	7
Valg af kørsel ved tilmelding:	7
Valg af kørsels biler:	7
Betaling til kørselsbiler:.....	8
Kørselsregnskab	8
Kørselsregnskab ved mesterskaber	9
Generel info	9
Oversigt over gebyrer	10
Stævnegebyr	10
Frugtpenge.....	10
Kørselstakster:	10
Løbsgebyr.....	10
Overnatning og forplejning	10

Aktivitetskalenderen

Aktivitetskalenderen er en oversigt over stævner for konkurrence-afdelingen i Viborg svømmeklub. Kalenderen fastsættes af K-udvalget, der sender den til stævneudvalget.

Hvis der opstår ændringer i aktivitetskalenderen, vil der blive sendt besked hurtigst muligt til de hold, der er berørt af ændringen. (f.eks. hvis et stævne er aflyst eller tilføjet)

Aktivitetskalenderen bliver sendt rundt pr mail ved sæson opstart - derudover er den tilgængelig på Viborg svømmeklubs hjemmeside.

Administration af stævner

K-udvalget fastlægger, hvilke stævner Viborg Svømmeklub deltager i, og stævneudvalget varetager administration af disse stævner – såvel eksterne som interne stævner.

Hvis en svømmer eller forælder har brug for at komme i kontakt med stævneudvalget sendes en mail til:

stævneudvalg@viborgsvømmeklub.dk

Alle medlemmer af stævneudvalget har adgang til denne mail, og den/de ansvarlige for et stævne, vil derfor besvare mailen hurtigst muligt.

Hvis der er spørgsmål til andet end stævner, skal de rettes til jeres træner eller holdets kontaktperson fra K-udvalget.

Stævnetilmelding i klubmodul

Stævneudvalget opretter stævnerne i klubmodulet. Når et stævne åbnes for tilmelding i klubmodulet, vil der komme en mail til alle de svømmere, der må deltage ved stævnet.

Når man har modtaget mail omkring stævne, går svømmeren i dialog med træneren omkring deltagelse. I samarbejde finder de frem til, hvilke løb der skal svømmes. Ved de helt yngste hold, som VS4 og muligvis VS3 kan forældrene være med ved samtalen. Træneren tilmelder svømmerens løb i systemet "Svømmetider".

Forældre/svømmer tilmelder svømmeren til stævnet i klubmodulet med information om navn, hold, årgang samt antal løb, de skal deltage i. Derudover er det vigtigt at vælge, om forældre kan køre til/fra stævnet, være official eller holdleder, samt ved flere dages stævner også, om man kan overnatte med svømmerne til stævnet, og evt. kan bage boller.

Det er vigtigt at bruge kommentarfeltet, hvis der er specielle behov. Dette kan eksempelvis være, at ens barn ikke er glad for at overnatte alene til et stævne, eller at man melder ind som holdleder alle dage ved et stævne, men reelt kun ønsker 1 eller 2 dage. *(Det kunne være ved et weekendstævne, hvor man melder sig ind som holdleder alle dage, men reelt kun ønsker 1 dag, dog er man ligeglad med hvilken dag).*

Tilmeldingsfrist

Som udgangspunkt vil frist for tilmelding til et stævne være ca. 10-14 dage. Denne frist, der fremgår i mail og klubmodul er bindende, dvs. overholdes fristen ikke, kan svømmeren ikke deltage ved stævnet.

Tilmelding mesterskaber

Hvis man har opnået kravtid(er) til et mesterskab, vil man ca. 3 uger før mesterskabet modtage en mail med besked om kravtiden/tiderne.

Når man har modtaget mailen, skal man tilmelde sig stævnet i klubmodulet som ved alle andre stævner. Dog skal man ikke vælge antal løb ved mesterskaber, da træneren bestemmer dette. Man betaler et depositum ved tilmeldingen, og efter stævnet vil der blive lavet et regnskab for betalingen for mesterskabet.

Som ved andre stævner gælder det også ved mesterskaber, at overholder man ikke fristen, kan man ikke deltage ved stævnet!

Infosedler

Når tilmeldingsfristen i klubmodulet er udløbet, henter stævneudvalget en liste over tilmeldte svømmere fra klubmodulet. Denne tilrettes til en infoseddel, der sendes rundt til svømmerne/forældrene.

Stævneudvalget bestræber sig på at sende infosedlen rundt til deltagende svømmere snarest efter tilmeldingsfristen er udløbet, og senest en uge før stævnet. (Stævneudvalget skal bruge længere tid på infosedlen, hvis forældrene ikke har været gode til at melde ind på opgaver til et stævne)

På infosedler, der sendes rundt inden stævnet, kan man læse, om man er valgt til at bage boller, kørsel, holdleder eller official. Når infosedlen er sendt rundt, er den bindende!

Dette betyder, at det er de forældre, der står valgt til opgaver på infosedlen, der er ansvarlige for, at deres opgave bliver løst. **Hvis man er valgt til en opgave, men bliver forhindret, skal man**

således selv finde en person, der kan overtage opgaven. Man har mulighed for at kontakte stævneudvalget, om vi har kendskab til nogle ekstra personer, som har meldt sig, men stævneudvalget foretager ikke ændringer efter udsendelse af infosedler. Når man har fundet en afløser til opgaver, **skal** der sendes en mail til stævneudvalget, således vi kan rette på infosedlen.

De forældre, der er valgt til kørsel på infosedlen, er også dem, som får udbetalt kørepenge.

Infosedlen er delt op i 2 dele.

1. Et regneark hvor alle informationerne er påført. Dette gælder afgangs/mødetid på Søndre skole, stævnehallens adresse, hvem der er holdledere, officials og skal køre, hvilke svømmere der deltager, hvilken/hvilke trænere, der kommer med, holdleder/official-møder og til sidst, hvis der er specielle informationer for stævnet, det kan være overnatning, forplejning osv.
2. En liste fra "Svømmetider" over hvilke løb den enkelte svømmer er tilmeldt

Holdleder

Stævneudvalget vælger et antal holdledere ud af de forældre, som har meldt sig ved tilmeldingen. Hvor mange holdledere, der er med til et stævne, afhænger af antal svømmere og hvor gamle disse er.

En tommelfingerregel er: en holdleder pr 12-20 svømmere (20 ved de ældste og maks. 15 ved de yngste svømmere)

Det er vigtigt at huske som holdleder, at du er med for **alle** svømmerne, ikke kun dit eget barn eller dennes holds svømmere. Derfor kan du også komme til at være holdleder for nogle svømmere, du ikke kender så godt inden stævnet, men det kommer du hurtigt til. 😊

Stævneudvalget forsøger altid at sætte nye holdledere sammen med nogle, der har erfaring. Det giver tryghed, at der er hjælp at hente, hvis man ikke har prøvet det før.

Holdlederens opgaver

Inden vi tager afsted:

- Skriv deltagerlisten ud fra infosedlen.
- Afhent frugtkasse og holdledertaske i klublokalet på Søndre Skole. På infosedlen står hvornår de er klar til afhentning. Hvis der er valgt flere holdledere til et stævne, er der skrevet på infosedlen,

hvem der er ansvarlig for at hente frugtkasse og taske. (ved en-dags stævner har vi IKKE frugtkasse med)

- Find ud af, hvornår der er holdledermøde, da du skal deltage i dette. Dette er normalt anført på infosedlen.

Afgang fra Søndre Skole:

- Holdlederen er selvfølgelig en af de første, der ankommer ☺.
- Efterhånden som svømmerne ankommer, krydses de af på den deltagerliste, som holdlederen har skrevet ud hjemmefra – så vi er sikre på, at alle kommer med. Hvis en eller flere svømmere ikke møder op eller kommer mere end 5 minutter for sent, ringes der til den pågældende svømmer for at få afklaret, om han/hun skal med eller ej. (der skal være anført tlf.nr. på deltagerlisten.)
- Så snart alle er ankommet på Søndre skole, tjekker holdlederen om alle svømmerne har plads i en bil/bus – og så er der ellers afgang (der beregnes normalt altid et par ekstra pladser i bilerne, når der fastsættes antal biler. Dette kan være rart især ved overnatningsstævner, hvor der er ekstra meget bagage.)

Vi ankommer til stævnet/klar til stævnestart:

- Tjek hvornår og hvor der er holdledermøde og deltag i dette.
- Noter under mødet, de oplysninger som den arrangerede klub kommer med. Det kan være: hvornår der er spisning fra og til, hvor vi skal overnatte, hvor spisebilletter skal afhentes, osv.
- Medens der svømmes indsvøm gøres det første "frugt" klar til svømmerne, så de kan få fyldt depoterne op, når de er færdige med indsvømningen.
- Når programmerne er udskrevet afhentes disse i "stævne-sekretariatet" – formentlig et bakkestativ et eller andet sted. Vi får normalt 2 programmer (men det kommer meget an på, hvor mange svømmere vi deltager med).
- Alle Viborg-svømmere streges over med en overstregnings tusch (findes i holdleder-tasken). Det ene program beholder holdleder – det andet bruger træneren eller svømmerne.
- Træneren har en mappe med lister til registrering af tider under løbene. Disse klargøres af holdlederen før stævnestart, ved for hvert løb at notere de svømmere, som skal deltage i løbet, så det er klar til notering af tid.

Under stævnet:

- Under stævnet sørger holdlederen for, at alle svømmere stiller til start (advar dem, når der er ca. 15 minutter til start, senest – de store svømmere har helt selv styr på dette)
- Sammen med træneren noteres tider for de enkelte svømmere i trænerens mappe.
- Holdlederen skal sikre, at frugtkassen løbende fyldes op. Stævnefrugten skal laves så lækker som mulig. Derfor laves mindre portioner ad gangen, sådan at det altid er frisk-udskåret – og indholdet i kassen varierende. Frugten skal være nem at spise, uden at svømmerne skal kæmpe med f.eks. kernehuse og lignende. Bananer bliver dog i skrællen.
Frugten blandes ikke sammen. Der behøver ikke at være en af hver slags i kassen hele tiden. Skift lidt rundt med frugterne, således man f.eks. kan starte med melon og banan, så kan næste omgang være æbler og vindruer. I de små rum er der under hele stævnet rosiner og mandler.

Frugtstængerne skal deles i mindre stykker – og hold øje med at de yngste svømmere ikke spiser en masse af disse. Der er nogle svømmere, som hurtigt kan spise 5 hele frugtstænger 😊

Bollerne er IKKE med som en måltidsersättning – svømmerne skal sørge for at spise godt til alle måltider!

- Er det et stævne med forplejning går vi i Viborg svømmeklub **altid** samlet til spisning, enten når der er indlagt pauser til frokost eller når dagens stævneafsnit er slut. Eneste undtagelse er hvis frokosten skal spises under et stævneafsnit, så aftaler holdleder og trænerne, hvordan det passer ind, at de enkelte svømmere, holdledere og trænere kan gå til frokost. I disse tilfælde kan der være svømmere, som først sent kommer til frokost – disse kan få brug for at få stillet den værste sult fra frugtkassen.
- Hvis det er aftensmad efter dagens stævne, kan klokken let blive 20, inden vi sidder ved aftensmaden. I dette tilfælde er det vigtigt - især sidst på dagen - at sørge for, der er fyldt op i frugtkassen.
- Eksempel på frugtkassen (der var mange svømmere med her):



- DU er med for at gøre stævneoplevelsen for svømmerne så god og smidig som mulig. Måske har nogen behov for at snakke lidt – måske er der nogen, som har glemt en tandbørste – måske skal nogen have hjælp til sengetøjet. Opgaverne kan være mange – men det er hyggeligt, og det er nogle dejlige børn og unge mennesker at være afsted med. 😊
- **Huske at tjekke frugtkassen og holdledertasken inden afgang fra stævnet, om i har husket alle ting (især banner og holdleder trøjer har det med at forsvinde 😞)**

Efter stævnet:

- Frugtkasse med indhold afleveres **RENVASKET** i klublokalet. Er der frugter i overskud, kan disse sættes ind i klublokalet, men gør en træner opmærksom på dette, så de har mulighed for at tilbyde frugterne til svømmerne efter træning.

- Holdledertrøjer afleveres **RENVASKET** sammen med holdledertasken i klublokalet.
- Frugtkassen og holdledertasken afleveres hurtigst muligt efter stævnet, da de ofte skal bruges hurtigt igen til et andet stævne.

Frugtkasse og holdledertaske

Frugtkassen indeholder knive, spækbræt, affaldsposer, viskestykke, karklud, sprit, viskestykker, karklude og opvaskemiddel. Ved siden af kassen er de frugter, knækbrød og andet I skal have med til stævnet.

Holdledertasken indeholder holdleder trøje(r), Viborg Svømmeklubs banner, kuglepenne, overstregningstusser og isposer mv.

Kørsel

Valg af kørsel ved tilmelding:

Ved tilmelding til et stævne skal vælges, om en svømmer ønsker at deltage i kørselsordningen til og fra stævnet. I tilmeldingen er det delt op, så man kan vælge kørsel kun den ene vej, eller vælge at man ikke deltager i kørselsordningen, men selv står for transporten.

Ved tilmeldingen skal man også vælge, om man har mulighed for at køre med svømmerne til eller fra stævnet.

Valg af kørsels biler:

For at blive valgt til kørsel *skal* man kunne medbringe **mindst 3 svømmere** i bilen.

Når der skal vælges chauffører til stævnerne, vil der blive valgt efter følgende kriterier:

1. Stævneudvalget vælger altid først de forældre, der i forvejen er tildelt en opgave ved stævnet enten som holdleder eller official.
2. Har vi derudover behov for ekstra biler til at køre til/fra stævnet, vælger vi mellem dem, som har budt ind til kørsel.

Man skal i kommentarfeltet i tilmeldingen skrive, hvis man selv bringer eller henter en svømmer til stævnet under alle omstændigheder, da denne så ikke skal regnes med i antal nødvendige pladser i fælleskørslen.

Vælger man at ændre kørselsplaner efter infosedlen er sendt ud - f.eks. vælger man selv at hente sit barn, er man bundet af sine valg ved tilmeldingen, hvilket betyder at man ikke kan få sine kørepenge tilbage.

Betaling til kørselsbiler:

Der afregnes med statens lave kilometertakst. Taksten beregnes fra Søndre Skole, Koldingvej 114, 8800 Viborg til stævnets svømmehal.

Hvis der er bro-betaling i forbindelse med transport til/fra stævnet, deles denne betaling i lige store dele på de deltagende svømmere.

Hvis et stævne foregår på Sjælland, vælger vi altid kørsel over Storebælts broen. Vi kan ikke bestille færgebilletter til flere biler. Ønsker man at tage færgen, må man selv bestille billetten, men kørselsgodtgørelsen bliver stadig beregnet ud fra takst over Storebælts broen. Hvis man ønsker at sejle, skal det stadig passe ind i tiderne angivet på infosedlen (mødetid på Søndre skole og ankomst til stævne hallen)

Hvis en familie vælger at køre selv, og tage svømmeren/official/holdleder med i bilen, deltager de ikke i kørselsregnskabet.

Hvis man ombestemmer undervejs i et stævne, således man selv bringer eller henter sit barn, **skal man give holdlederen besked om dette**, da denne ellers kan have problemer med at få antallet af svømmere til at gå op. (vi har prøvet at "mangle" et barn ved afgang fra stævnet, fordi forældrene ikke havde givet besked, *dette er ikke sjovt for holdlederen!!*)

Hvis mange svømmere bliver afhentet af egne forældre, men ikke har gjort opmærksom på dette i tilmeldingen, vil det ved at give holdlederen besked tidligt, måske være muligt at aflyse en kørselsbil. (som ellers kan risikere at køre forgæves fra Viborg for at afhente svømmere)

Stævneudvalget oplever ofte, at nogle af vores valgte kørselsbiler ikke bliver fuldt udnyttet retur fra et stævne. Selvom man kører med en ikke fyldt bil, så udbetales kørepenge til bilen.

Kørselsregnskab

De forældre, der ifølge infosedlen har kørt til/fra stævnet godskrives for kørepenge.

Stævneudvalget fører et kørselsregnskab for de enkelte svømmere/forældre. Kørselsregnskabet opdateres løbende på hjemmesiden. Ved spørgsmål til regnskabet kan der rettes henvendelse til stævneudvalget på mail: staevneudvalg@gmail.com

Kørselsregnskabet opgøres pr. 31. maj og 30. november med udbetaling indenfor 30 dage.

Kørselsregnskab ved mesterskaber

Ved deltagelse i mesterskabsstævner, laves efter stævnet et regnskab for alle udgifter i forbindelse med stævnet. I dette regnskab vil kørepenge blive indregnet, og disse indgår derfor ikke i det normale kørselsregnskab. Der gælder dog de samme regler for valg af kørsel og betaling til mesterskaber som ved andre stævner.

Generel info

Når vi deltager til et stævne, hepper vi alle når en svømmer fra Viborg Svømmeklub er i vandet. Vi deltager som et samlet hold fra Viborg Svømmeklub, og ikke kun som ens eget træningshold.

Til stævner medbringes badebukser/dragt, briller, håndklæde(r), T-shirt, shorts, indendørssko/badesandaler samt drikkedunk. T-shirt og shorts er Viborg uniform + Viborg badehætte! Med undtagelse af Race Caps

Når vi deltager til stævner, er det **træneren**, der bestemmer over svømmerne, ikke forældrene. Forældre, som ikke er valgt til holdleder eller officials, skal holde sig i baggrunden, og lade træneren og holdledere udføre deres arbejde. Opmuntrende opråb er på sin plads, men ikke negative og svømmetekniske kommentar, dette er trænerens job. Når en svømmer er færdig med sit løb, så lad svømmeren komme op af vandet og hen til træneren for at få en tilbagemelding, inden forældrestøtten begynder.

Stævnet er ikke slut, fordi man er færdig med egne løb. Stævnet er først slut, når træneren siger det.

Det er vigtigt, at man møder ind til mødetidspunktet, når man skal til stævne, medbringende alle sine ting.

Hvis vi mangler forældre til at hjælpe som officials eller holdledere til et stævne, vil der blive sendt 1 rykkermail rundt, hvor stævneudvalget skriver, hvad vi mangler af hjælp. Hvis vi stadig ikke kan besætte pladserne efter denne mail, bliver vi desværre nødsaget til at aflyse stævnet. Stævneudvalget har et godt overblik over, hvilke forældre, der er gode til at melde sig, og hvilke, der ikke har været så aktive. Stævneudvalget kan være nødsaget til at bede de forældre, som normalt ikke melder sig, om at påtage sig en opgave ved et stævne.

Peanuts og andre salte "chips" er ikke stævnemad – det samme gør sig gældende for slik og sodavand! Vi har en regel i svømmeklubben om, at der ikke må købes slik og lignende ved stævner, også selvom der er en kiosk, der sælger dette i svømmehallen.

Hvis der ikke er forplejning med ved et stævne, så sørg for at jeres barn har en sund og fornuftig madpakke med.

Oversigt over gebyrer

Stævnegebyr

Ved tilmelding til stævner over flere dage (dette gælder også mesterskaber) vil der i tilmeldingen være et fast tillæg på 70 kr. for deltagelse i stævnet. Dette dækker udgifterne til holdledernes forplejning og overnatning.

Frugtpenge

Ved stævner over flere dage medbringer svømmeklubben en frugtkasse. Prisen udgør 15 kr. pr. svømmer pr. dag. Denne kan ikke fravælges.

Kørselstakster:

Svømmerne betaler ved stævnetilmeldingen for kørsel med en takst på kr. 0,50 pr. km. Der bliver beregnet fra Søndre Skole, Koldingvej 114, 8800 Viborg til/fra stævnesvømmehallen.

Til forældrebil, som kører til/fra stævner afregnes med statens lave kilometertakst. Taksten beregnes fra Søndre Skole, Koldingvej 114, 8800 Viborg til stævnets svømmehal.

Løbsgebyr

Løbsgebyr fastsættes af den arrangerende klub. Vi har ingen indflydelse på dette beløb.

Overnatning og forplejning

Beløbet for overnatning og forplejning fastsættes af den arrangerende klub. Vi har ingen indflydelse på dette beløb. Til nogle weekendstævner vælger vi at tage hjem og overnatte. Her vil der kun blive bestilt forplejning. Når vi gør dette, er det både for at spare penge, men også for at svømmerne kan få den bedste søvn.